













Le Baume Persan — aide parfaite de la beauté. Essentiel pour la vraie distinction féminine. Les résultats

père il servira comme fixatif des cheveux et lotion à barbe rafraîchissante. Il protégera l'épiderme délicat de

lui donne quelque chose pour l'oeil et le goût.

• • •

Gros comme un pois de soude et une cuillerée à thé de sucre blanc rendent les conserves de tomates moins acides et plus délicieuses.

• • •

Ajoutez une cuillerée à thé de sucre granulé dans la boîte de bled-à-Inde que vous venez d'ouvrir, pour quelque usage que ce soit, et donnez

La diète liquide qui comprend le lait; les soupes blanches, les bouillons et les boissons de jus de fruits.

plus des aliments précités, les céréales, les oeufs mollets, le pain grillé au lait, les flans et la crème à la glace.

La diète simple qui comprend les aliments déjà cités dans la diète liquide et la diète légère et en plus des mets tels que le poulet et les pommes de terre cuites au four.

La diète normale qui contient tout ce qu'une personne bien portante mange.

thé de boeuf quoique pas très nourrissants sont de bons stimulants pour un appétit fatigué.

Les rôties doivent être minces et croustillantes. Elles peuvent être ramollies dans du lait chaud ou de l'eau. Les céréales doivent être cuites à fond.

Les soupes à la crème font une variété à un régime lacté.

Les gélatines et les glaces sont tentantes dans les aliments liquides sous formes de solides.

Le plateau doit toujours être aussi

encombré. Couvrez-le avec une serviette de table propre et servez-vous de la vaisselle la plus fine que vous

Si la maladie est contagieuse, et  
 veillez tous les restants de nou-  
 riture dans un papier avant bruler  
 le plateau de la chambre, puis envelop-  
 per les assiettes que possible.

Mettre la valétudine dans une  
 sine assez grande pour qu'elle puisse  
 être entièrement recouverte, d'eau  
 froide. Faites bouillir pendant 15 mi-  
 nutes.

\* \* \*

Gruau d'avoine — 1 1/4 tasse d'avo-  
 ne, roulie, 1 1/4 tasse d'eau bouillante  
 1-4 Mettre la valétudine dans une  
 A ajouter l'avoine roulie avec la sa-  
 lade. A l'eau bouillante. Faites bouillir des  
 minutes. Cuisez dans un bainmaria  
 une heure. Egouttez, faites verser  
 l'ébullition et ajoutez du lait ou  
 la crème pour l'éclaircir.

\* \* \*

Eau d'avoine roulie — 2 1/2 tasses  
 d'eau d'avoine roulie, 1 pinte d'eau  
 froide.

Cuisez tout lentement à feu bas.

duite à une chopine. Passez et ajoutez assez d'eau froide bouillie. Mettez de côté dans un plat couvert.

Le savant doute souvent, l'ignorant rarement, le fou jamais.  
Emile Faguet.

---

**et desserts**  
**savoureux**

e et délicieuse

**SCENT**  
ne 37-101  
COMPANY LIMITED, WINNIPEG  
ienne, propriété de Canadiens  
ar des Canadiens"  
63-15

ite du Gouverneur-Ott

Pendant plus d'un tiers de siècle  
Flinke Dadd pour les rhumes ont  
été le remède reconnu pour maux de  
tête, rhumatisme, troubles de la vessie  
et les nombreuses autres maladies  
causées par des rhumes débilitants.  
En vente chez tous les marchands à  
10 sous la boîte, 6 boîtes pour \$2.50.  
A. & B. Dadd's Medicine Co. Ltd.  
Toronto 2, Ont., sur réception du prix.

arsen 18 juillet, M. et M.  
dans l'état de la science

Avant le départ tous les membres de la Chébraie sont venus présenter un cordial hommage à notre Patronne et réserver ses précieuses reliques. Merci et bienvenue !

**Décha**

Mardi 23, avaient lieu les funérailles de Mlle Adélaïde Porreault, fille de Boniface Paréault, noyée accidentellement dans une crise d'épilepsie, à l'âge de 25 ans. Nos sympathies à la famille éprouvée.

**Fêtes de Sainte Anne**

Le 26 les paroissiens étaient leur grande Patronne. Ils s'étaient préparés à cette fête par un triduum allant avec dévotion. Des la veille, qua-

M. et Mme Henri Bruyère et leur famille, de Notre-Dame de Lourdes, sont de passage à Letellier et St-Jean-Baptiste.

M. Emile Graveline s'est rendu à Regina la semaine dernière pour assister à l'exposition mondiale du grain.

**La moisson**

Les coupages sont en marche et se font rapidement. A St-Pie, deux machines "combinations" sont à l'œuvre; du blé no 1, pesant 64 livres

que vous de publier le *canon* d'usage de la langue française, le *Gill*, livre intitulé "Canones", l'auteur déplore le fait que beaucoup de Canadiens du langage anglo-saxon ne comprennent pas le français, langue française. La diffusion de ce livre aidera à la cause de rapprochement entre les races. Au surplus, dans ce groupe est-ce à vous Pasteur, dans ce groupe, que je m'adresse, me que nos compatriotes anglais ont le devoir de connaître et de comprendre une aspiration du groupe qui constitue la majorité de la population, le groupe, nous, du langage français, avons le devoir d'étudier la langue et la littérature, de comprendre les

...and the rest of Europe

## COURTIERS EN GRAINS

<b>Avon</b>	Juillet	58 ½
	Octobre	89 ½
	Décembre	20 %
<b>Orgy</b>	Juillet	50 ½
	Octobre	52 ½
	Décembre	84 %
<b>Lan</b>	Juillet	168
	Octobre	185 ½
	Décembre	159
<b>Neigla</b>	Juillet	54 ½
	Octobre	58 ½
	Décembre	60

mes et de shotx \_\_\_\_\_  
 chaises et barres

2.25	Le sac de 80 livres	\$
1.60	Foin	
	Mil. No 1	\$11.00-\$1
3.00	Mil. No 2	\$10.00-\$1

## COURTIERS EN GRAINS

41%	44%	38%	38%
42%	46%	41%	40%
43%	40%	41%	41%
53%	55 1/2	50%	48%
56%	57%	53 1/2	50%
57 1/2	58%	54	53
150%	161%	122 1/2	147%
165	163 1/2	164%	148 1/2
155	200%	193%	167%
60 1/2	64%	57	54 1/2
62%	65%	57 1/2	56
64 1/2	66	60	58 1/2



Gardez toujours le flacon Egyptien à votre portée, pour vous procurer un soulagement rapide des brûlures, des maux et des panaris. Arrêtez le sang de couler immédiatement, empêchez l'empoussiement du sang, surveillez pour le mal de gorge et l'inflammation des amygdales.

























demint A la loi d'immigration pour